



Bu kitapçığın sahibi

DOĞA GEZGİNİNİN REHBERİ

Doğa yürüyüşü, büyük küçük herkesin yapabileceği, hem yararlı hem de eğlenceli bir etkinlik. Siz de önümüzdeki sonbahar aylarında ailenizle birlikte doğa yürüyüşlerine çıkabilirsiniz. Doğa yürüyüşleriyle ilgili sizin için hazırladığımız önerileri bu rehberde bulabilirsiniz.



Hazırlayan: F. Kübra Gökdemir
Çizim: Nazlı Tunalı

Hazırlanırken

Doğa yürüyüşüne çıkmadan önce bir plan yapın. Rotanızı, ne kadar süre yürüyeceğinizi, nerelerde mola vereceğinizi belirleyin. Sizinle birlikte gelmeyecek bir yakınıza doğa yürüyüşüne çıktığınızı haber verin. Doğa yürüyüşlerine tek başınıza çıkmayın. Yanınızda mutlaka bir yetişkin bulunsun.

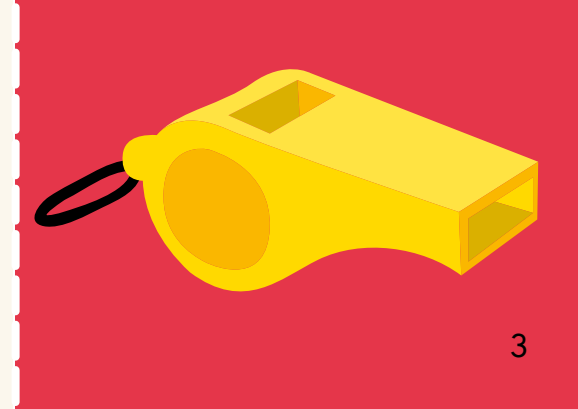
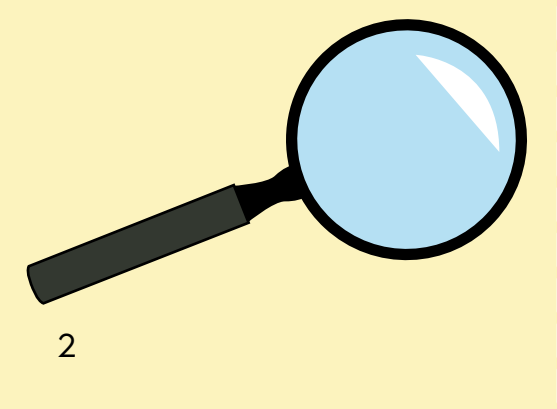
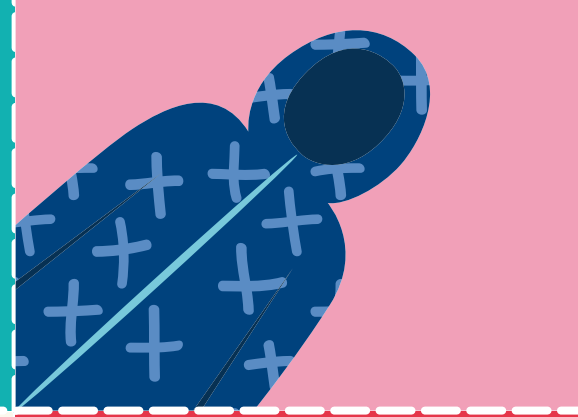
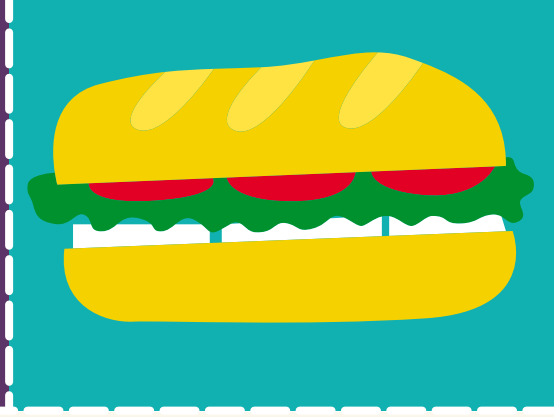
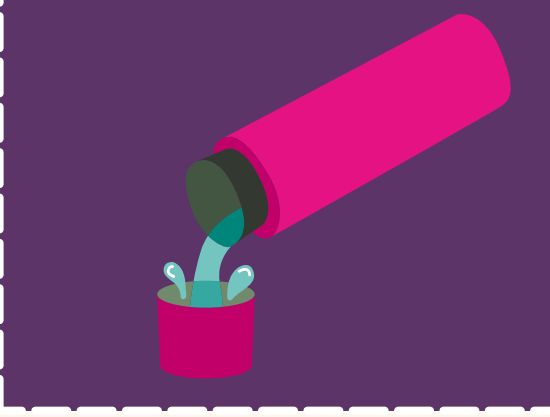
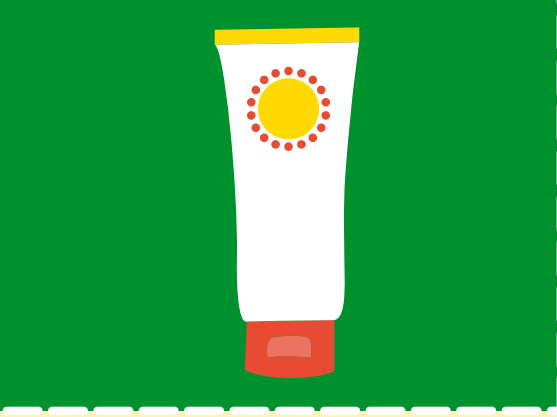
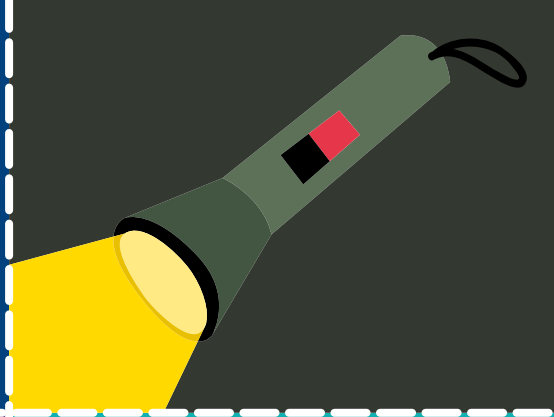
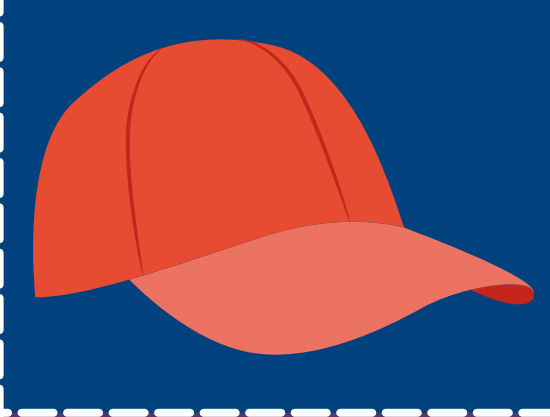
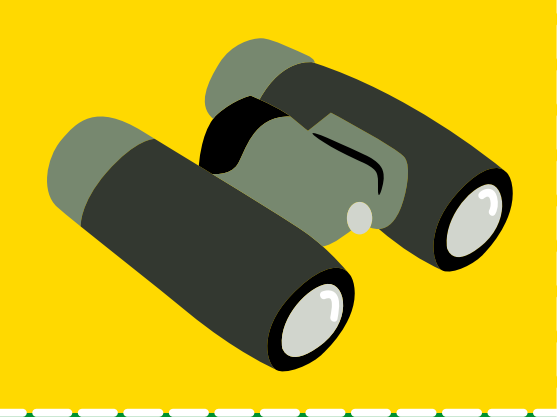


Çantanıza Neler Koyabilirsiniz?

Doğa yürüyüşü yaparken yanınızda götüreceğiniz eşyaları bir çantada taşıyabilirsiniz. Bunun için en iyisi bir sırt çantası kullanmak. Çünkü sırt çantaları içlerindeki eşyaların ağırlığını omuzlara ve bele dağıtır. Böylece eşyalarınızı daha kolay taşırsınız.

Çantanıza su, yiyecek, yağmurluk, şapka, güneş kremi, fener, düdük, büyüteç, dürbün, kâğıt ve kalem gibi işinize yarayacak birçok şey koyabilirsiniz.

Sırt çantanıza gereksiniminizden fazla eşya koymamaya dikkat edin. Çantanız ağır olursa çabuk yorulursunuz.

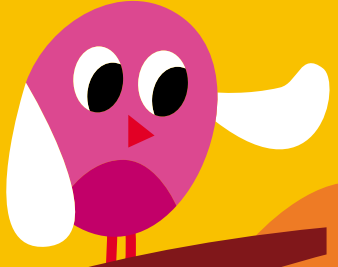


Nasıl Giyinmelisiniz?

Doğa yürüyüşüne çıkarken hava koşullarını göz önünde bulundurarak giyinmeniz gerekir. Gereğinden kalın giyinmemeye dikkat edin. Hareket halinde olacağınızdan terleyebilirsiniz. Bu durumda su kaybeder, yorulursunuz.

Değişken hava koşullarına hazırlıklı olmak için yanınıza birkaç ince giysi alabilirsiniz. Üşüdüğünüzde bu giysileri üst üste giyebilirsiniz.

Doğada yürürken ayak bileklerinizi saran ve tabanları çok yumuşak olmayan ayakkabılar tercih edin. Böylece engebeli arazide yürürken ayaklarınız daha rahat eder. Kalın çoraplar ayakkabıların ayağınızı vurmasını engeller.



Yanınıza Alacağınız Yiyecekler

Doğa yürüyüşü sırasında yanınıza sandviç, kuruyemiş gibi hafif ve enerji verici yiyecekler alın. Mutlaka su da alın. Suyunuzu matarada taşıyabilirsiniz. Mataranız boşaldığında yürüyüş rotanız üzerindeki içme suyu kaynaklarından doldurabilirsiniz.



Gözlem Yapabilirsiniz

Doğa yürüyüşü sırasında bol bol gözlem yapabilirsiniz. Bunun için yanınıza ağır olmayan bir dürbün alabilirsiniz. Böylece kuşları, kelebekleri ve başka birçok hayvanı uzaktan inceleyebilirsiniz.

Çantanızda kâğıt kalem taşırsanız gözlemlerinizi not alabilirsiniz. Ayrıca gördüğünüz hayvanların, bitkilerin ve doğal oluşumların resimlerini çizebilirsiniz.

Yanınıza alacağınız bitki ya da kuş rehber kitapçıkları yardımıyla karşılaştığınız canlı türlerini tanımlamayı deneyebilirsiniz.



Doğada Yönünüzü Nasıl Bulursunuz?

Pusulanız varsa yönleri ondan yararlanarak bulabilirsiniz. Pusulanın ibresinin koyu renkli ucu manyetik kuzeyi gösterir. Yüzünüzü kuzeye dönerseniz solunuz batı, sağınız doğu, arkanızsa güney olur.

Doğadaki bazı ipuçları da yönleri bulmanıza yardımcı olur. Örneğin kuzey yarımkürede Güneş sabahları yaklaşık olarak doğuda, akşamları yaklaşık olarak batıda, öğlenleriye güneyde olur.



Güneş'ten yararlanarak doğu-batı doğrultusunu bulabilirsiniz. Bunun için ince bir dal parçası ve iki taş yeterli.

1. Dal parçasını toprağa saplayın.
2. Dalın gölgesinin uç noktasına bir taş koyun. Zamanla gölgenin yer değiştirdiğini göreceksiniz.
3. Bir süre sonra gölgenin uç noktasına ikinci taşı koyun.
4. Bu iki taş arasına bir çizgi çizerseniz bu çizgi doğu-batı doğrultusunu gösterir. Bu durumda ilk taşı koyduğunuz yere sol, ikinci taşı koyduğunuz yere de sağ ayağınızla basarsanız önünüz kuzey olur.

Yolunuzu Kaybederseniz...

Doğa yürüyüşü sırasında yolunuzu kaybederseniz ve nereye gideceğinizi bilemezseniz bulunduğunuz yerden ayrılmayın. Sırt çantanızdaki düdüğü çevredekilere yerinizi belli etmek için kullanın. Uzakta birilerini görüyorsanız ancak sesinizi duyuramıyorsanız güneş ışığını metal bir eşya ya da aynayla onlara doğru yansıtarak dikkatlerini çekebilirsiniz.

